

ZIKA VIRUS

Protect Yourself.
Protect Your Pregnancy.

There are risks to your fetus if you are pregnant and get Zika virus.

Zika can cause serious birth defects, including microcephaly and other brain abnormalities. Microcephaly can lead to lifelong problems, such as seizures, feeding problems, hearing loss, vision problems, and learning difficulties.

There is no vaccine at this time. Avoiding infection is best.

The Zika virus spreads to humans in the following ways:

- Through a bite by an infected mosquito
- From a pregnant woman to her fetus during pregnancy or around the time of birth
- During sex

Symptoms of Zika virus infection:

- Symptoms usually are mild.
- Symptoms include fever; rash; joint pain; and red, itchy eyes.
- Many people with Zika virus infection do not have any symptoms.

If you want to get pregnant...

- ➲ Talk to your health care professional about—
 - your pregnancy plans
 - the risks of Zika virus infection during pregnancy
 - your male sex partner's risk of being exposed to Zika virus
- ➲ Take strict steps to avoid mosquito bites.

If you are pregnant...

- ➲ Take strict steps to avoid mosquito bites.
- ➲ Use a condom each time you have sex if your partner lives in or travels to an area where Zika virus is spreading.
- ➲ Don't travel to areas where Zika virus is spreading.
- ➲ See your health care professional to discuss testing if
 - you or your sexual partner have traveled or live in an area where Zika is present or
 - you or your sexual partner have symptoms of Zika virus infection.

Mosquito Bite Prevention

If you must travel to one of the areas where Zika virus is spreading, strictly follow these four steps to prevent mosquito bites:

- ➲ Use EPA-registered bug spray with DEET, picaridin, IR3535, oil of lemon eucalyptus, paramenthane-diol, or 2-undecanone. Used as directed, these sprays are safe for pregnant and breastfeeding women.
- ➲ Wear long-sleeved shirts and long pants.
- ➲ Treat clothing and gear with permethrin or buy permethrin-treated items.
- ➲ Stay in air-conditioned or screened-in areas during the day and at night.

Follow these steps at all times. Mosquitoes are active during the day and night.

The following web sites give the latest information about Zika virus:

- www.cdc.gov/zika
- www.acog.org/zika
- www.immunizationforwomen.org/zika



EL VIRUS DEL ZIKA

Protéjase.

Proteja su embarazo.

El virus del Zika representa un riesgo para el feto si está embarazada y contrae el virus.

El zika puede causar defectos congénitos graves, como microcefalia y otras anomalías del cerebro. La microcefalia puede dar lugar a problemas crónicos, como convulsiones, problemas de alimentación, pérdida de audición, problemas de la vista y dificultades de aprendizaje.

Actualmente no hay una vacuna. Lo mejor es evitar contraer la infección.

El virus del Zika se transmite a los humanos de las siguientes maneras:

- A través de picaduras de un mosquito infectado
- De una mujer embarazada al feto durante el embarazo o alrededor del momento del parto
- Durante las relaciones sexuales

Si desea quedar embarazada...

- ⇒ Hable con su profesional de atención médica sobre
 - sus planes con respecto al embarazo
 - los riesgos de la infección del Zika durante el embarazo
 - los riesgos de la exposición al virus del Zika de su pareja sexual masculina
- ⇒ Tome medidas rigurosas para evitar las picaduras de mosquitos.

Si está embarazada...

- ⇒ Tome medidas rigurosas para evitar las picaduras de mosquitos.
- ⇒ Use un condón cada vez que tenga relaciones sexuales si su pareja vive o viaja a las zonas de transmisión del Zika.
- ⇒ No viaje a las zonas donde se está propagando el virus del Zika.
- ⇒ Hable con el profesional de atención médica sobre hacerse una prueba si
 - usted o su pareja sexual ha viajado o vive en una zona donde el Zika está presente o
 - usted o su pareja sexual presenta síntomas de la infección del virus del Zika.

Prevención de picaduras de mosquitos

Si tiene que viajar a una de las zonas donde se está propagando el virus del Zika, siga al pie de la letra estos cuatro pasos para evitar las picaduras de mosquitos:

- Use repelentes de insectos en rociador certificados por la EPA [Agencia de Protección Ambiental] que contengan DEET, picaridina, IR3535, aceite de eucalipto con limón, paramentano-diol o 2-undecanone. Cuando se usan de la forma indicada, las mujeres embarazadas y mujeres que amamantan pueden usar estos rociadores con seguridad.
- Use blusas de manga larga y pantalones largos.
- Aplique permeterina a la ropa y otras prendas de vestir o compre artículos de vestir tratados con permeterina.
- Manténgase en lugares con aire acondicionado o que tengan mosquiteros en las ventanas durante el día y la noche.

Siga estos pasos en todo momento. Los mosquitos están activos durante el día y la noche.

Los siguientes sitios de Internet ofrecen la información más actualizada sobre el virus del Zika:

- www.cdc.gov/zika
- www.acog.org/zika
- www.immunizationforwomen.org/zika

